

**CARDÁPIO BERÇÁRIO - MARÇO - 2026**

**06 a 12 meses**



1ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	2-Mar	3-Mar	4-Mar	5-Mar	6-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão carioca amassado Carne desfiada com tomate Purê de abóbora Mamão amassadinho	Arroz/Feijão carioca amassado Frango desfiado com cheiro verde Mandiocinha cozida e amassada Maçã cozida sem casca	Arroz/Feijão carioca amassado Carne desfiada Chuchu cozido amassado Manga amassadinha	Arroz/Feijão carioca amassado Carne desfiada com abobrinha Purê de beterraba Banana amassadinha	Arroz/Feijão carioca amassado Carne desfiada com tomate Purê de cenoura Melão raspadinho
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml
<b>JANTAR (15h30)</b>	Sopa de feijão com cenoura, macarrão conchinha e carne bovina desfiada e salsa	Escondidinho de carne moída	Canja (cenoura, batata, frango desfiado, arroz e cheiro verde)	Sopa de macarrão conchinha (abóbora, abobrinha e frango desfiado)	Escondidinho de frango
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
 CRN: 3- 54433

**CARDÁPIO BERÇÁRIO - MARÇO- 2026**

**06 a 12 meses**



2ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	9-Mar	10-Mar	11-Mar	12-Mar	13-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz e feijão carioca amassado Carne bovina desfiada Couve flor cozida amassada Maçã raspadinha	Arroz e feijão carioca amassado Frango desfiado com cheiro verde Cenoura cozida amassada Mamão amassadinho	Arroz e feijão carioca amassado Carne moída com salsa Batata cozida amassada Banana amassada	Arroz e feijão carioca amassado Carne moída com tomate Escarola refogada Manga amassadinha	Arroz e feijão carioca amassado Carne cozida desfiada Beterraba cozida e amassada Mamão amassadinho
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml
<b>JANTAR (15h30)</b>	Canja de frango com legumes (abobrinha, cenoura, arroz e frango desfiado)	Sopa de fubá (batata, couve e carne desfiada)	Polenta com frango desfiado cozido com tomate	Escondidinho de frango com brócolis	Sopa de legumes ( abóbora, tomate, frango desfiado com macarrão conchinha)
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
 CRN: 3- 54433



**CARDÁPIO BERÇÁRIO - MARÇO - 2026**

**06 a 12 meses**



3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	16-Mar	17-Mar	18-Mar	19-Mar	20-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz e feijão carioca amassado Frango cozido desfiado Beterraba cozida amassada Maçã raspadinha	Arroz e feijão carioca amassado Carne bovina cozida desfiada Purê de abóbora Mamão amassadinho	Arroz e feijão carioca amassado Carne bovina cozida desfiada Chuchu cozido amassado Banana amassadinha	Arroz e feijão carioca amassado Carne moída com salsa Mandioquinha cozida amassada Manga amassadinha	Arroz e feijão carioca amassado Frango desfiado Brocolis cozido picadinho Banana amassadinha
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml
<b>JANTAR (15h30)</b>	Polenta ao molho de tomate com frango desfiado e salsa	Escondidinho de abóbora com frango desfiado	Sopa de legumes com macarrão conchinha (abóbora e abobrinha) frango desfiado	Polenta ao molho de tomate com carne moída	Sopa de feijão com macarrão conchinha (batata, cenoura) carne desfiada
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
 CRN: 3- 54433

**CARDÁPIO BERÇÁRIO - MARÇO - 2026**

**06 a 12 meses**



4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	23-Mar	24-Mar	25-Mar	26-Mar	27-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml		
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz e feijão carioca amassado Carne bovina desfiada Purê de cenoura Maçã raspadinha	Arroz e feijão carioca amassado Frango cozido desfiado Purê de abóbora Melão amassadinho	Arroz/Feijão carioca amassado Carne desfiada com chuchu Mandioquinha cozida e amassada Banana amassadinha	FERIADO	SEM EXPEDIENTE
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml		
<b>JANTAR (15h30)</b>	Canja: Cenoura, batata, frango desfiado e arroz bem amassada	Polenta ao molho de tomate com carne moída com salsa	Escondidinho de frango desfiado		
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml		

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
 CRN: 3- 54433

**CARDÁPIO BERÇÁRIO - MARÇO - 2026****06 a 12 meses**

5ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	30-Mar	31-Mar			
DESJEJUM* (7h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml			
ALMOÇO (10h30)	Arroz/Feijão carioca amassado Frango desfiado com tomate Espinafre refogado picadinho Mamão amassadinho	Arroz/Feijão carioca amassado Frango desfiado com cheiro verde Abóbora cozida amassadinha Banana amassadinha			
LANCHE *(13h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml			
JANTAR (15h30)	Sopa de Feijão com macarrão conchinha e legumes(batata, cenoura) e carne desfiada	Escondidinho de carne moída com cenoura e salsa			
CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 2 - 200ml			

O cardápio é sujeito à alterações.

  
Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
CRN: 3- 54433



**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO- 2026**  
**0 a 5 meses e 29 dias**

1ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	2-Mar	3-Mar	4-Mar	5-Jun	6-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>JANTAR (15h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml

O cardápio é sujeito à alterações

  
Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
CRN: 3- 54433



**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026**  
**0 a 5 meses e 29 dias**

2ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	9-Mar	10-Mar	11-Mar	12-Mar	13-Mar
DESJEJUM* (7h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
ALMOÇO (10h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
LANCHE *(13h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
JANTAR (15h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml

O cardápio é sujeito à alterações

  
Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
CRN: 3- 54433

**CARDAPIO MATERNAL - MARÇO - 2026****0 a 5 meses e 29 dias**

<b>3ª semana</b>	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>
	<b>16-Mar</b>	<b>17-Mar</b>	<b>18-Mar</b>	<b>19-Mar</b>	<b>20-Mar</b>
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>JANTAR (15h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml

O cardápio é sujeito à alterações

Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
CRN: 3-54433

**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026****0 a 5 meses e 29 dias**

<b>4ª semana</b>	<b>SEGUNDA</b>	<b>TERÇA</b>	<b>QUARTA</b>	<b>QUINTA</b>	<b>SEXTA</b>
	<b>23-Mar</b>	<b>24-Mar</b>	<b>25-Mar</b>	<b>26-Mar</b>	<b>27-Mar</b>
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml		
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	FERIADO	SEM EXPEDIENTE
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml		
<b>JANTAR (15h30)</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml		
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml		

O cardápio é sujeito à alterações

  
Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
CRN: 3- 54433



**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026**  
**0 a 5 meses e 29 dias**

5ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	30-Mar	31-Mar			
DESJEJUM* (7h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml			
ALMOÇO (10h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml			
LANCHE *(13h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml			
JANTAR (15h30)	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml			
CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml	Leite materno ou Fórmula Infantil 1 - 180ml			

O cardápio é sujeito à alterações

  
Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**Valéria Martins Gomes Da Silva**  
**Nutricionista**  
CRN: 3- 54433

**CARDÁPIO MATERNAL INTOLERANTES - MARÇO - 2026****1ª, 2ª e 3ª Fases**

1ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	2-Mar	3-Mar	4-Mar	5-Mar	6-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Carne desfiada com tomate Salada de repolho Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos cozido com cheiro verde Salada de beterraba cozida Maça	Arroz/Feijão Carne desfiada com chuchu Salada de alface Laranja	Arroz/Feijão Carne em cubos com abobrinha Salada de tomate Banana	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com tomate Abóbora cozida e amassada Melão
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Suco de laranja com cenoura sem açúcar e biscoito cream cracker (0 lactose ou a base de soja)	Bolo de fubá com erva- doce (0 lactose ou a base de soja)	Suco de abacaxi sem açúcar e biscoito de polvilho (0 lactose ou a base de soja)	Chá de camomila com biscoito cream cracker (0 lactose ou a base de soja)	Suco de goiaba sem açúcar e biscoito de polvilho Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar
<b>JANTAR (15h30)</b>	Sopa de feijão com cenoura, macarrão conchinha e carne bovina desfiada	Arroz/Batata amassada e carne moída com abobrinha	Canja ( cenoura, batata, frango desfiado, arroz e cheiro verde)	Macarrão parafuso ao molho de tomate e frango desfiado com cheiro verde (0 lactose ou a base de soja)	Arroz/Feijão, frango desfiado com cenoura, salsa e batata cozida amassada
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Chá de erva-doce e pão de banha com manteiga	Salada de frutas (mamão, banana, laranja)	Chá de cidreira sem açúcar e panqueca de banana	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar e Salada de frutas ( mamão, maça, laranja)	Chá de camomila e biscoito de polvilho Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar

O cardápio é sujeito a alterações.

Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433



## CARDÁPIO MATERNAL INTOLERANTES - MARÇO - 2026

1ª, 2ª e 3ª Fases

2ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	9-Mar	10-Mar	11-Mar	12-Mar	13-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Chá de camomila sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Chá de erva-doce sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com cenoura e Salsa Salada de brócolis cozido Laranja	Arroz/Feijão Frango em cubos com tomate Salada de acelga refogada Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com abobrinha Salada de chuchu com salsa Mamão	Arroz/Feijão Carne bovina desfiado cozida com batata Salada de alface e tomate Melancia	Arroz/Feijão Frango desfiado com cenoura e salsa Salada beterraba cozida Melão
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Chá de cidreira com biscoito cream craker (0 lactose ou a base de soja)	Vitamina de banana sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)	Chá de cidreira sem açúcar e biscoito crem craker	Chá erva-doce e pão com manteiga vegetal (0 lactose ou a base de soja)	Vitamina de mamão sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)
<b>JANTAR (15h30)</b>	Arroz com ervilha, cenoura, salsa e carne bovina desfiada)	Sopa de fubá (batata, couve e frango desfiado)	Canja ( cenoura,batata,frango desfiado,cheiro verde e arroz)	Sopa creme de abóbora,batata, com frango desfiado e salsa	Sopa de feijão com macarrão conchinha,carne bovina desfiada, cenoura
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Vitamina de mamão sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)	Chá de camomila com biscoito de polvilho (0 lactose ou a base de soja)	Chá de camomila com biscoito cream craker (0 lactose ou a base de soja)	Salada de frutas com aveia (mamão,maça e laranja)	Mingau de banana sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)

O cardápio é sujeito à alterações.

  
Valéria Mártins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

; Gomes Da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL INTOLERANTES - MARÇO - 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	16-Mar	17-Mar	18-Mar	19-Mar	20-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Chá de capim cidreira sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Frango desfiado com tomate Salada de beterraba e cheiro verde Laranja	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com mandioca Salada de acelga Banana	Arroz/Feijão Carne bovina cozida picadinha com chuchu Salada de tomate picado Manga	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com tomate Salada de alface Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos com batata salada de acelga Maça
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Chá de camomila/ Torta de legumes (abobrinha e tomate) sem glúten e sem ovos	Vitamina de abacate sem açúcar	Chá de erva-doce com biscoito de polvilho (leite 0 lactose ou soja puro sem açúcar)	Mingau de banana sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)	Chá de erva cidreira/ biscoito cream cracker
<b>JANTAR (15h30)</b>	Polenta ao molho de frango desfiado com abobrinha	Arroz, Frango desfiado com abobrinha e purê de batata	Arroz/Feijão, carne bovina desfiada com abobrinha e espinafre	Sopa de feijão com batata e carne bovina desfiada	Sopa de legumes com macarrão sem glúten e sem ovos (abobrinha e batata) carne bovina desfiada
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Chá de erva-doce sem açúcar e biscoito cream cracker	Salada de frutas com aveia (mamão, maçã e laranja)	Leite 0 lactose ou soja puro sem açúcar com cacau/ Mini pão francês com manteiga vegetal	Chá de erva cidreira/ biscoito com biscoito de polvilho	Leite 0 lactose ou soja puro sem açúcar/Banana

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433



## CARDÁPIO MATERNAL INTOLERANTES - MARÇO - 2026

1ª, 2ª e 3ª Fases

4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	23-Mar	24-Mar	25-Mar	26-Mar	27-Mar
<b>DESJEJUM*</b> (7h30)	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal		
<b>ALMOÇO</b> (10h30)	Arroz/Feijão Frango em cubos com abobrinha e Salsa Salada de cenoura cozida Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos pequenos com abóbora Salada de tomate picado Melão	Arroz/Feijão Carne desfiada com chuchu Salada de alface Banana	FERIADO	SEM EXPEDIENTE
<b>LANCHE *</b> (13h30)	Chá de erva-doce biscoito cream cracker (0 lactose ou a base de soja)	Vitamina de maçã sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)	Chá de cidreira sem açúcar e biscoito de polvilho Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar		
<b>JANTAR</b> (15h30)	Canja: Cenoura, batata, frango desfiado e arroz	Polenta ao molho de tomate com carne moída	Arroz/ Batata cozida amassada e carne moída com abobrinha		
<b>CEIA</b> (17h30) para alunos que permanecem até 19h	Chá de camomila sem açúcar e biscoito de polvilho	Salada de frutas com aveia (mamão,banana e laranja)	Leite integral puro sem açúcar e Biscoito cream cracker Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar		

O cardápio é sujeito à alterações

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL INTOLERANTES - MARÇO - 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



5ª semana	SEGUNDA 30-Mar	TERÇA 31-Mar	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga vegetal	Leite 0 lactose ou se soja puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga vegetal			
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Carne desfiada com tomate Repolho refogado Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos com cenoura e cheiro verde Beterraba ralada Maça			
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Chá de camomila / Biscoito de polvilho	Mingau de banana sem açúcar (leite de soja ou 0 lactose)			
<b>JANTAR (15h30)</b>	Sopa de feijão, batata e carne bovina desfiada	Sopa de fubá (batata,couve e carne desfiada e salsa)			
<b>CEIA (17h30) para alunos que permanecem até 19h</b>	Leite 0 lactose ou soja puro sem açúcar / Mini pão francês com manteiga vegetal	Salada de frutas (mamão,maça e laranja)			

O cardápio é sujeito à alterações

  
Valéria Martins Gomes da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
Nutricionista  
CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



1ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	2-Mar	3-Mar	4-Mar	5-Mar	6-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Chá de camomila sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com requeijão
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de repolho Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos cozido com cheiro verde Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz/Feijão Carne desfiada com chuchu Salada de alface Laranja	Arroz/Feijão Carne em cubos com abobrinha Salada de tomate Banana	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com tomate Purê de abóbora Melão
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Suco de laranja com cenoura sem açúcar e Biscoito cream cracker	Bolo de fubá com erva doce	Suco de abacaxi sem açúcar e biscoito de polvilho	Chá de camomila com biscoito cream cracker	Suco de goiaba sem açúcar biscoito de polvilho
<b>JANTAR (15h30)</b>	Sopa de feijão com cenoura, macarrão conchinha e carne bovina desfiada	Arroz/ Purê de batata e carne moída com abobrinha	Canja (cenoura, batata, frango desfiado, arroz e cheiro verde)	Macarrão parafuso ao molho de tomate e frango desfiado com cheiro verde	Arroz, feijão, frango desfiado com cenoura, salsa e purê de batata
<b>CEIA (17h30) PARA ALUNOS QUE PERMANECEM ATÉ ÀS 19H</b>	Chá de erva-doce e pão de banha com manteiga	Salada de frutas com aveia (mamão, banana, laranja)	Chá de cidreira sem açúcar e panqueca de banana	Leite integral puro sem açúcar e Salada de frutas (mamão, maçã, laranja)	Chá de camomila e pão de banha com ovos

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO- 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



2ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	9-Mar	10-Mar	11-Mar	12-Mar	13-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com chuchu e salsa Salada de couve flor cozida Maçã	Arroz/feijão Frango em cubos com cenoura e cheiro verde Salada de alface Mamão	Arroz/Feijão Carne moída com batata Salada de pepino picado com salsa Banana	Macarrão parafuso Carne moída ao molho de tomate Salada de couve Laranja	Arroz/Feijão Carne em cubos com cenoura e salsa Salada de beterraba cozida Melão
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Mingau de banana sem açúcar	Torta de legumes ( abobrinha e tomate)	Chá de cidreira sem açúcar e biscoito cream craker	Leite integral puro sem açúcar e pão tipo hot dog com manteiga	Mamão picado com aveia
<b>JANTAR (15h30)</b>	Arroz com ervilha/ ovos mexidos com abobrinha ralada e salsa	Sopa de fubá (batata,couve e carne desfiada)	Canja (cenoura, batata, frango desfiado,arroz e cheiro verde)	Arroz com cenoura ralada/frango desfido com brocólis	Sopa de legumes( abóbora,tomate, frango desfiado com macarrão conchinha)
<b>CEIA (17h30) PARA ALUNOS QUE PERMANECEM ATÉ ÀS 19H</b>	Chá de camomila com biscoito de polvilho	Leite integral sem açúcar e Pão de hot dog com manteiga	Suco de laranja com cenoura sem açúcar e panqueca de banana	Salada de frutas com aveia (mamão,maçã e banana)	Chá de erva-doce e biscoito cream craker

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



3ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	16-Mar	17-Mar	18-Mar	19-Mar	20-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Chá de erva-doce sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Ovos mexidos com tomate Salada de beterraba cozida Laranja	Arroz/Feijão Carne bovina desfiada com batata Salada de couve Melancia	Arroz/Feijão Carne bovina cozida picadinha com chuchu Salada de tomate Banana	Macarrão parafuso Acém moído ao molho de tomate Salada de alface Maçã	Arroz/Feijão Frango em cubos com tomate Salada de acelga Manga
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Suco de goiaba sem açúcar e pão de banha com manteiga	Bolo de banana sem açúcar	Leite integral puro sem açúcar com biscoito de polvilho	Mingau de banana sem açúcar	Chá de erva cidreira/ biscoito cream cracker
<b>JANTAR (15h30)</b>	Polenta ao molho de frango desfiado com cheiro verde	Arroz/feijão, Frango desfiado com cenoura e purê de abóbora	Sopa de legumes com macarrão conchinha (abóbora e abobrinha) frango desfiado	Arroz com ervilha, ovos mexidos com abobrinha e salsa	Sopa de feijão com macarrão conchinha (batata, cenoura) carne desfiada
<b>CEIA (17h30) PARA ALUNOS QUE PERMANECEM ATÉ ÀS 19H</b>	Chá de erva-doce sem açúcar e biscoito crem cracker	Mingau de banana sem açúcar	Leite integral sem açúcar com cacau/ panqueca de banana	Chá de erva cidreira/ biscoito com biscoito de polvilho	Leite integral puro sem açúcar/ Banana picada

O cardápio é sujeito à alterações.

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



4ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	23-Mar	24-Mar	25-Mar	26-Mar	27-Mar
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga		
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Omelete de forno com espinafre e tomate Salada de acelga Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos pequenos com cheiro verde Purê de abóbora Laranja	Arroz/Feijão Carne desfiada com chuchu Salada de alface Banana	FERIADO	SEM EXPEDIENTE
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Suco de abacaxi com biscoito cream cracker	Leite integral puro sem açúcar/ Bolo de cenoura	Chá de cidreira sem açúcar e biscoito de polvilho		
<b>JANTAR (15h30)</b>	Canja: cenoura, batata, frango desfiado e arroz	Polenta ao molho de tomate com Carne Moída	Arroz/ Purê de batata e carne moída com abobrinha		
<b>CEIA (17h30) PARA ALUNOS QUE PERMANECEM ATÉ ÀS 19H</b>	Chá de camomila sem açúcar e biscoito de polvilho	Salada de frutas com aveia (mamão, banana e maçã)	Leite integral puro sem açúcar e biscoito cream cracker		

O cardápio é sujeito à alterações

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

**CARDÁPIO MATERNAL - MARÇO - 2026**

**1ª, 2ª e 3ª Fases**



5ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	30-Mar	31-Mar			
<b>DESJEJUM* (7h30)</b>	Leite integral puro sem açúcar Mini pão francês com manteiga	Leite integral puro sem açúcar com cacau Mini pão francês com manteiga			
<b>ALMOÇO (10h30)</b>	Arroz/Feijão Ovos mexidos com tomate e salsa Salada de repolho Mamão	Arroz/Feijão Frango em cubos com cheiro verde Salada de alface com tomate Maçã			
<b>LANCHE *(13h30)</b>	Suco de laranja com cenoura sem açúcar e Biscoito cream cracker	Chá de camomila / Bolo de banana sem açúcar			
<b>JANTAR (15h30)</b>	Sopa de feijão (com macarrão conchinha, cenoura e carne bovina desfiada)	Sopa de fubá (batata, couve e carne desfiada)			
<b>CEIA (17h30) PARA ALUNOS QUE PERMANECEM ATÉ ÀS 19H</b>	Leite integral puro e pão tipo hot dog com ovo	Salada de frutas com aveia (mamão, maçã e laranja)			

O cardápio é sujeito à alterações

  
 Valéria Martins Gomes da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433

Valéria Martins Gomes Da Silva  
 Nutricionista  
 CRN-3 54433